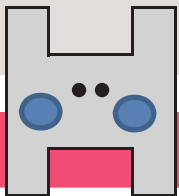


Hi! いきいきけんぽ

2018年
(平成30年)
9月
No.457

日野自動車健康保険組合

お問合せ：042-586-5941 日野健保



平成30年度の被扶養者資格確認調査を実施致します。

1. 調査の目的

日野自動車健康保険組合では、健康保険法施行規則第50条および厚生労働省からの通知及び指導に基づき「被扶養者(家族)として認定された時の状況が、現在も維持されている」ことを確認するための調査を毎年実施しています。

この調査では、被扶養者(家族)が認定基準を満たさなくなった事が判明した場合、すみやかに届出の推進をすることにより、保健給付の適正化を図り、高齢者医療制度にかかる支援金や納付金の節減につながります。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

2. 調査対象者

・和暦奇数年=日野自動車・労働組合 和暦偶数年=日野自動車以外 が対象になります。

				平成30年4月1日付年齢	日野自動車	日野自動車以外
続柄					18歳以上(高校生以下対象外)	
配偶者	子	実父母	扶養に入れられている続柄の方	H31年実施予定		(30年度実施)

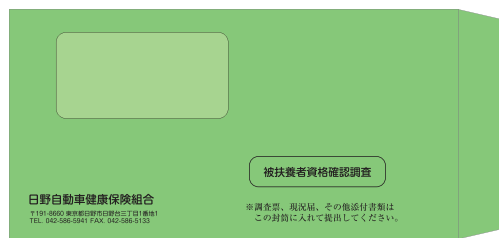
※○印の内、平成30年4月1日以降に認定された被扶養者は対象外

3. 調査方法

- ①調査対象者の調査表を、各事業所経由で被保険者に配付
- ②調査表には、必要事項をご記入・ご捺印の上、証明書類を添え 専用封筒に入れて事業所に送付
- ③事業所で「調査表等が同封されている封筒」を取りまとめ、提出期限までに健保へ提出
- ④健康保険組合にて、被扶養者の資格を審査
審査の結果、被扶養者として資格を満たさないことが判明した場合は、被扶養者から削除となりますので「削除通知」を事業所経由で送付します

4. 配付日程

平成30年9月20日発送予定



5. 提出期限

平成30年10月31日健保到着

*期限までに提出が無い場合、資格を失うこととなります。

被扶養者の条件

①収入基準 【総支給額】	60歳未満の方	130万未満(月収目安:108,334円未満)
	60歳以上75歳未満の方又は障害年金受給の方	180万未満(月収目安:150,000円未満)
②仕送り基準 【別居時のみ】	以下の①～③すべての基準を満たす事	
	①被扶養者の収入より多い金額を仕送りしている(無収入の場合は毎月4万円以上)	
	②被扶養者に収入がある場合、収入と仕送り額の合計が毎月6万円以上になる額を仕送りしている	
	③毎月定期的に仕送りされ※1第三者に証明できる方法※2(口座振込など)である	
	※1ボーナス時にまとめた仕送りは認められません。 ※2手渡しは認められません。	

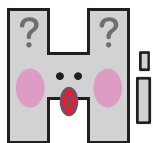
目次

- 平成30年度 被扶養者資格確認調査 P1
- 医療費とジェネリック医薬品のお知らせ P2
- インフルエンザ予防接種への補助 P2
- 一健康相談だより「インフルエンザ接種」 P3
- 保養所(山中荘)周辺案内 P4
- 保養所 山中荘の予約受付 P5
- 献血活動のご案内 P5
- 東京ウォーク第4・5回大会参加者募集 P6
- 東京ウォーク第2回大会 参加レポート P7
- 紙上ウォーキングキャンペーンのお知らせ P8
- 紙上ウォーキングキャンペーン記録表 P9
- 紙上健康ウォーキングマップ(熊本～名護) P10
- セントラルスポーツご利用案内 P11-14
- 歩数計・東京ウォーク申込書 P15
- インフルエンザ予防接種補助金申請書 P17

対象者宛に「医療費のお知らせ」と「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」を同時配付いたします。(平成30年6月より開始)

「医療費のお知らせ」「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」発行対象	対象診療月	送付時期
対象診療月受診者全員 尚、対象診療月で○のついた月3か月間のお薬代で、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、500円以上節約できる方には、「ジェネリック医薬品利用促進のお知らせ」についても、同封いたします。	前年12・当年①・②・③月受診分	6月
	当年4・⑤・⑥・⑦月受診分	10月中旬
	当年8・⑨・⑩・⑪月受診分	2月※注

注※ 当年支払った医療費の合計額が5万円以上の被保険者世帯には「医療費のお知らせ」とは別に「年間医療費のお知らせ」(確定申告の際、ご利用いただける通知)を発行致します。<5万円以下でも、申請をいただければ「年間医療費のお知らせ」を発行致します>



Q どういうもの？
なにを見たらいいの？

A1 医療費のお知らせは…

ご自身や家族が受診したときの医療費をお知らせするものです。健保から支給した給付金額についても表記されています。

内容に相違がないか確認しましょう!!

*医療費のお知らせに記載されている金額は、医療機関からの請求書に基づいて計算されています。

A2 ジェネリック医薬品利用促進のお知らせは…

一定期間に病院で処方された薬をジェネリック薬品に切替えた場合に…削減できる個人負担額をお知らせします。

上手に活用してお薬代を節約しましょう。

もし、変更不安がある場合は医師・薬剤師に聞いてみましょう!

*平成29年6月の閣議決定において平成32年9月までにジェネリック医薬品の使用割合を80%に達成する事を定められました。日野健保の平成29年度は72.6%です。

新薬とジェネリック医薬品の値段比較

腰痛症

[新薬]
モーラステープL
4,391
円/年

[ジェネリック品]
ケトプロフェンテープ
1,840
円/年

差額
2,551
円/年

モーラステープL 40mg (1枚/日 使用時)

情報提供: 日本調剤

今年も
被保険者への
補助が
あります!

インフルエンザ予防接種への補助について

2017年度の被保険者(本人)のインフルエンザ罹患患者数は1,875名にもなりました。罹患した場合、健康を損なうだけでなく、所定の日数を休業しなければならず大きな損失となります。今年度も予防接種率向上策として被保険者にも補助を拡大いたします。

補助対象接種期間

2018年10月1日~2019年1月末日までの接種分

補助対象者、補助金額、申請方法

被保険者は外部医療機関での接種と、事業所での接種により申請方法が異なりますので、お間違えのないようにご注意ください

今年度は以下の事業所で予防接種を実施する報告を受けています(9月6日時点)

(赤字は今年度新規実施予定の事業所)

- ・日野自動車(本社、日野工場、羽村工場、新田工場、古河工場)
- ・理研鍛造
- ・国産機械
- ・ジェイ・バス
- ・ソーシン
- ・トランテックス
- ・福島製鋼
- ・明友機工
- ・日野エンジニアリングアネックス

<外部医療機関で接種した方>

対象者	補助金額	補助申請方法	申請締切日	※給付日	
被保険者 (年齢制限なし)	1人上限2,000円 (接種費用が 2,000円未満は実費補助)	・P17の申請書に領収書を添付して健康保険組合まで提出してください	第1回	12月14日	2月7日 (予定)
被扶養者 (満1歳~15歳(中学生まで))			最終	2月15日	4月11日 (予定)

※給付日は健康保険組合から事業主及び任意継続者の方に振込む日です。事業主経由申請者への給付日は事業所へお問合せください

<事業所で接種した方>

対象者	補助金額	補助申請方法
被保険者 (年齢制限なし)	1人上限2,000円 (自己負担額が2,000円未満は実費補助)	・P17の申請書提出は不要です ・事業所の案内に則り接種を受けた方は、健保補助が適用されます

インフルエンザ接種の有効性

～健康相談だより～

日野自動車(株) グローバル人財開発部
こころとからだの健康推進センター・古河 中村倫太郎 産業医



白瀬保健師 中村産業医 芳賀看護師

今年も早いもので残すところあと3か月となり、インフルエンザの流行の時期が近付いてきました。昨年も同時期の「Hi! いきいきけんぽ」でインフルエンザの予防接種を取り上げましたが、今回も一部の工場で工場内接種が可能になったため、重複する部分もありますが、昨年の接種状況を含め、改めてご案内いたします。

まず、昨年の日野健保全体の被保険者のインフルエンザ予防接種の接種率は17.6%でした。事業所内での集団接種をしているところとしていないところを比較すると、接種率は集団接種群で60.3%、非集団接種群で6.4%と大きな開きがありました。そこで今年は日野自動車の一部工場内でも集団接種を開始することになりました。

インフルエンザの予防接種の効果ですが、発症予防については以前から問題にされてきましたが、厚生労働省の発表では6歳以上の小児での有効性は60%程度、65歳以上の施設入所者では34～55%といわれています。あくまで計算上ですが、昨年インフルエンザの予防接種をせずにインフルエンザに罹患した日野健保の加入者は1,600人でしたので、40%の発症を予防したとすると、640人以上ものインフルエンザ発症を防ぐことができます。

また、WHOも、感染や重症化を防ぐにはインフルエンザワクチンが最も効果的だと言っていますし、入院するリスクを減らすことができ、心臓病、糖尿病、肺の病気を持った人がインフルエンザになった時に重症化するのを防ぎます。

100%の効きめでインフルエンザにかからないというわけではありません。しかし、発症を予防し発症しても症状を軽減する効果はありますので、ぜひ接種することをお勧めします。ただ、アレルギーなどの副反応で接種ができない方もいらっしゃいますので、かかりつけの病院などでご相談されてください。

ぜひ皆様、社内集団接種をご活用いただき、健康で安全な日野自動車を目指しましょう。

それではみなさん、この冬もご安全・ご健康に!!





部屋からの眺望

保養所〈山中荘〉周辺案内(富士山の見える山中荘)

ユネスコは、2013年6月に世界遺産委員会で、「富士山」を世界文化遺産に登録しました。
山中荘全室(2F)の窓から「富士山」を望むことができます。

秋の山中湖 周辺のお楽しみ

山中湖周辺には、多くの観光地が広がっています。

1 山中湖

富士山の麓にあり、周囲をなだらかな山々に囲まれた湖です。湖面の面積は富士五湖で最大、標高は980.5メートルと全国で3位の高所にあります。山中湖から見える夕日がとても綺麗です。水陸両用バス『KABA BUS』も運行しています。(大人2,200円、小人1,100円、一周約30分)



富士山とKABA BUS

2 富士急ハイランド

(山中荘から車で20分)
7月14日より入園料が無料に!
新アトラクションが続々登場しています。ご家族連れで楽しんで下さい!



花の都公園

3 山中湖 花の都公園

(山中荘から徒歩10分)
30万平方メートルの敷地を四季折々の花々で埋め尽くします。四季の変化に富士山と合せて多くの花々が鑑賞出来、綺麗なワンシーンを見ることが出来ます。ご家族・お子様連れなど老若男女の方々に好評です。



忍野八海

4 おしの はっかい 忍野八海

(山中荘から車で15分)
国の天然記念物に指定された8ヶ所の湧水池があり、その総称で忍野八海と呼ばれています。地底の溶岩が見通せるほど清澄。日本名水百選、富士山世界遺産として構成資産として登録されています。透明度の高い神秘的な池です。

割引券のご紹介

観光地の割引券が山中荘に揃っています。ぜひご利用ください。

山中荘への交通手段は、高速バスが便利です。

富士急行バス 新宿～富士五湖線
富士山山中湖バス停から徒歩10分
日野・八王子のバス停(高速道路上)からも乗車できます。



山中荘



保養所<山中荘> 12月・年末年始の予約は10月1日から受付開始です

冬休み中のご旅行には是非ご利用ください。

<予約方法>

申 込 先→日野健保宛 (利用申込書ファクス厳守) FAX : 042-586-5133

※利用申込書は、健保ホームページに掲載しています。

空室状況→日野自動車健保ホームページ参照(平日10時更新予定)

<注意事項>

●12/1~1/6の宿泊は、10月1日から先着順(ファクス受信時間)で受付

●1/7~1/31の宿泊は、11月1日から先着順(ファクス受信時間)で受付

<12月・1月の山中荘カレンダー>



12月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

□=休館日

申込方法が
変わりました

本年も献血活動にご協力ください(日野地区)

献血の必要性

病気やけがの治療のため、輸血や血液製剤を必要とする人たちが数多くいます。この血液製剤は、健康な方々を自発的に無償で血液を提供いただく「献血」により作られています。

我が国の血液事業は、「献血」によって支えられており、血液を必要とする多くの患者さんが、日々救われています。当健保では日本赤十字社に協力して毎年献血活動を実施しています。是非献血活動にご協力ください。

献血活動のご案内

日程

11月16日(金)
11月20日(火)

時間

9:45-11:45
13:00-16:00

会場

健保プラザ
1階ロビー

申込方法

①ご協力頂ける方は、まず赤十字血液センターに電話かメールでご連絡頂きます。

下記の情報をお伝えください。

●「日野自動車健保での献血予約」という事

●献血希望日程(含む希望時間帯) ●氏名 ●連絡先電話番号

②後日、赤十字血液センターから確定献血日時が連絡されます。

③当日、予定時刻までに健保プラザ1Fロビーに来て下さい。

申込先

申込先が健保から赤十字血液センターに変わりました。

東京都赤十字血液センター 立川事業所 事業課 菊池様宛

電話番号:042-529-0405(直通)、メール:m-kikuchi@kts.bbc.jrc.or.jp

電話受付時間:平日 9:00~17:00

(電話番号・メールアドレスをよくお確かめのうえ、お間違いのないようお願い致します。)

申込締切日

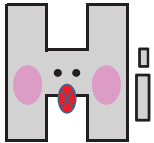
2018年11月2日(金)

事業主が行っている献血活動(参考)

⇒実施内容については、各事業主から連絡されます。

実施事業所	地域	実施月	実施事業所	地域	実施月
●日野自動車株式会社	羽村工場	3月	●ジェイ・バス株式会社	小松	5・10月
	新田工場	6・10・2月		宇都宮	9・3月
●理研鍛造株式会社		4・10月	●株式会社トランテックス		5・11月
●福島製鋼株式会社	福島	3・9月			

分析の結果、日野健保加入者は「運動習慣が少ない方が多い」と分かりました。
運動のきっかけづくりにしましょう!!
「東京ウォーク第5回大会」
参加者募集!



参加方法

- 1 P15の申込用紙を事前申込期間内に健保へ提出してください
- 2 ※健保から開催日の1週間前までに申込書記載住所に参加証を送付します ※前回との変更点
- 3 参加証に記載の案内に則り当日受付場所です各自手続きを行い、ウォーキングスタート!

大会名と開催日

コースの見どころ(予定) ※コースは一部変更になる場合があります。

第5回大会

練馬・中野
エリア

スタート・ゴール会場

光が丘公園

開催日 / 12月8日(土)

事前申込期間 /

9月14日(金)~11月5日(月)

哲学道と銀杏並木を抜ける晩秋ウォーク

Aコース としまえん、哲学堂公園、石神井公園、東映通り、谷原を巡るコース

Bコース としまえん、千川通り、笹目通り、谷原を巡るコース

Cコース 練馬春日町、谷原を巡るコース

ガイドウォークコース 名所旧跡など、ガイドと一緒にウォーキングします。

ネイチャーウォークコース 自然観察しながらガイドと一緒にウォーキングします。

こどもとウォークコース お子さんやお孫さんとゆっくり歩けます。

受付場所

第5回大会
会場

練馬・中野
エリア
光が丘公園



交通

都営地下鉄大江戸線
「光が丘駅」下車
A1・A2・A3 徒歩約8分

ウォーキングのコース・受付時間・出発式・スタートゴール時間について

コース	受付時間	出発式	スタート時間	ゴール時間
Aコース(20km)	8:30~10:00	8:45	9:00~10:00	13:00~16:00
Bコース(約12km)	9:30~11:00	9:45	10:00~11:00	
Cコース(約8km)	10:30~11:30	10:45	11:00~11:30	
ネイチャーウォークコース ガイドウォークコース	約4km ~5km	10:30~11:30	11:00~11:30	
こどもとウォークコース		11:00~11:30	11:00~11:30	

持ち物

健保から送付する「参加証」・
水筒・昼食・雨具(カッパ)・帽子・健康保険証

※参加証は開催日の約1週間前までに送付します。届かない場合は健保迄ご連絡ください。

[大会ホームページ]
<http://www.tokyo-walk.jp/>

TOKYOウォーク2018 検索



免責範囲

参加者は事前に健康診断を受けるなど、万全な健康管理のもとに参加してください。万一事故が発生した場合、主催者は応急処置以外の責任は負いませんのでご了承ください。申込者は傷害保険に加入しています。傷害補償料は、参加費の中から徴収させて頂いております。

(傷害補償適用範囲)

事前申込者: 大会参加のための自宅を出てから自宅に戻るまで

当日申込者: スタート地点からゴール会場まで

個人情報について

※主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等を遵守し、主催者の個人情報保護方針に基づき、個人情報を取り扱います。

その他

●雨天の場合も原則開催しますが、荒天・地震・事件・事故や参加者の安全が確保できない可能性がある場合は、大会を中止・中断することがあります。●大会を中止する場合は、大会公式ホームページにてご案内します。●荒天などの主催者の責によらない理由で大会が中止・中断になった場合、参加費の返金は一切行いません。●申込受付後、自己都合(キャンセル)等による返金は一切行いません。予めご了承ください。●参加申込者が定員に達した場合は、それ以降の参加をお断りする場合があります。●参加者は当日配布されるコースマップを見て、各自の責任においてコースを歩いてください。●各コースとも午後1時から午後4時までにはゴールしてください。●参加者の手荷物預かりサービスはありません。●大会中の映像・写真・記事等に関するテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権はすべて主催者に属します。●メダル及びバッジ(金・銀・銅)は名称であり、材質そのものを示すものではありません。

家族・職場・・・みんなで楽しく参加しましょう!!

Hi!! いきいきけんぽ
7月号掲載の
第4回大会
9月28日(金)締切...
まだ間に合います!!

第4回大会

国分寺・立川
エリア

スタート・ゴール会場

武蔵国分寺公園

開催日 / 10月27日(土)

事前申込期間 /

7月25日(水)~9月28日(金)

武蔵国分寺の自然豊かな歴史ウォーク

- Aコース** 国立、大学通り、諏訪神社、日野橋、谷保、府中の森公園、国分寺街道、お鷹の道を巡るコース
- Bコース** 武蔵台、新府中街道、府中の森公園、国分寺街道、お鷹の道を巡るコース
- Cコース** 武蔵台、新府中街道、東芝町、国分寺街道、お鷹の道を巡るコース
- ガイドウォークコース** 名所旧跡など、ガイドと一緒にウォーキングします。
- ネイチャーウォークコース** 自然観察しながらガイドと一緒にウォーキングします。

受付
場
所

第4回大会
会場

国分寺・立川
エリア

武蔵国分寺公園



交通

JR中央本線・武蔵野線
「西国分寺駅」(南口)下車
府中街道方面へ徒歩約7分

TOKYOウォーク2018

第2回大会(瑞穂・武蔵村山エリア)の参加レポート!!

2018年7月7日(土)「TOKYOウォーク2018:第2回大会(瑞穂・武蔵村山エリア)」に日野自動車健康保険組合からは、31名のエントリーをいたしました。大雨を心配していましたが...当日は「曇り空」。日野健保からの参加者を含めた総勢3,410名で5コースに分かれ、ウォーキングを楽しみました!!

日野健保の仲間み〜つけた!



スタート前...みんな笑顔♡

→ 受付 → START



受付では水の配付があります!



街歩きして...色々なお店や文化遺産への寄り道も楽しいですよ♡

GOAL!

疲れているのに...気持ちい〜♡
達成感かな?

エ!こんなにもらえるの



コース途中の六道展望台
一緒に働く仲間でパチ!!★



完歩証と賞品

生活習慣の
改善に!

第18回 紙上ウォーキングキャンペーンのお知らせ

協賛
日野自動車株式会社
日野自動車労働組合

秋のコースは熊本をスタートし、沖縄を目指します。名所と名物を思い描きながら日常生活の歩数を記録してください。抽選で素敵なプレゼントや、キャンペーン以外でも年間を通してウォーキングに活用できるよう、使いやすい歩数計をご用意しています。今まで参加したことのない方も、この機会にウォーキングを習慣化しませんか。



健保くん 66kg
春のキャンペーンから▲1Kg!

期間 2018年10月16日(火)~12月15日(土)

目標 1日1万歩、61日間で61万歩、歩きましょう

対象者 日野自動車健保の被保険者(本人)と被扶養の配偶者と39歳以上(2018年3月31日時点)の被扶養者

参加方法 参加される方は、右の記録表を切り取り、日々の歩数を記録してください。1枚で2名まで記録できます

提出方法 12月27日(木)までに記録表を提出してください。提出された記録表の歩数により表彰の判定を行います

歩数計



- ポケットやバッグ、ストラップで首から下げても測れます。
- 7日分の歩数メモリーで、あとからでも記録をつけられます。

歩数計の申込み

- P15の申込書を9月28日(金)までにご送付ください。開始前までに配付いたします。(配付はお一人一回限り。第13~17回で歩数計を申込んだ方は受付できません)
- スマホや、携帯電話、お手持ちの歩数計のカウントでも結構です。その場合、申込みは不要です。

抽選プレゼント



TOKYO Disney RESORT®

の1Dayパスポートを、61万歩以上歩き、記録表を提出した方の中から抽選で**50**名の方にプレゼントします!

広いパーク内を
歩き回ろう!
(2万歩 歩けます)

表彰

達成賞：目標(61万歩)達成の方には、もれなく賞品を差し上げます。

努力賞：目標まであと一歩(42万歩以上)の方には、もれなく賞品を差し上げます。

第18回

ウォーキングキャンペーン

表彰

達成賞 期間内(61日間)に61万歩を達成した方

努力賞 期間内(61日間)に42万歩を達成した方

プレゼント

期間内(61日間)に61万歩達成した方の中から、
TOKYO Disney RESORT® の1Dayパスポートを
抽選で50名の方にプレゼントします！

実施期間

2018年10月16日(火)～12月15日(土) 61日間

参加対象者

日野自動車健康保険組合に加入の被保険者・被扶養配偶者と
39才以上(2018年3月31日現在)の被扶養者

提出方法

12月27日(木)までに、健康保険組合にご提出ください。
参加者が3名以上の場合コピーをご利用ください。
日野自動車の社内便で送る場合は封筒に入れA61へ
お願いします。

被保険者名			
事業所名			
所属名		社内便No.	
保険証	記号	番号	

※健康保険証記号・番号は必ず記入してください

参加者氏名

日付	今日の歩数	累計歩数	日付	今日の歩数	累計歩数
10/16			15(木)		
17(水)			16(金)		
18(木)			17(土)		
19(金)			18(日)		
20(土)			19(月)		
21(日)			20(火)		
22(月)			21(水)		
23(火)			22(木)		
24(水)			23(金)		
25(木)			24(土)		
26(金)			25(日)		
27(土)			26(月)		
28(日)			27(火)		
29(月)			28(水)		
30(火)			29(木)		
31(水)			30(金)		
11/1			12/1		
2(金)			2(日)		
3(土)			3(月)		
4(日)			4(火)		
5(月)			5(水)		
6(火)			6(木)		
7(水)			7(金)		
8(木)			8(土)		
9(金)			9(日)		
10(土)			10(月)		
11(日)			11(火)		
12(月)			12(水)		
13(火)			13(木)		
14(水)			14(金)		
			15(土)		

61日間の合計 歩

参加者氏名

日付	今日の歩数	累計歩数	日付	今日の歩数	累計歩数
10/16			15(木)		
17(水)			16(金)		
18(木)			17(土)		
19(金)			18(日)		
20(土)			19(月)		
21(日)			20(火)		
22(月)			21(水)		
23(火)			22(木)		
24(水)			23(金)		
25(木)			24(土)		
26(金)			25(日)		
27(土)			26(月)		
28(日)			27(火)		
29(月)			28(水)		
30(火)			29(木)		
31(水)			30(金)		
11/1			12/1		
2(金)			2(日)		
3(土)			3(月)		
4(日)			4(火)		
5(月)			5(水)		
6(火)			6(木)		
7(水)			7(金)		
8(木)			8(土)		
9(金)			9(日)		
10(土)			10(月)		
11(日)			11(火)		
12(月)			12(水)		
13(火)			13(木)		
14(水)			14(金)		
			15(土)		

61日間の合計 歩

●ご意見・ご感想などをお書きください。

熊本から名護へ

Let's
チャレンジ

健康ウォーキング

熊本



からしれんこん

沖縄



ソーキそば

達成賞!

名護
61万歩
ゴール

沖縄

熊本



黒川温泉

佐賀

長崎

福岡

大分



関あじ

大分

高千穂

宮崎



高千穂峽

熊本
スタート

鹿児島



さつまあげ

鹿児島

宮崎



冷や汁

努力賞!

鹿児島



桜島

日野自動車健康保険組合の皆様へ



生活習慣病予防に運動しよう!
スポーツクラブに行ってみよう!
 はじめてでも安心!
 どんな事が出来るの? 何が必要なの?
 利用の流れはどんな感じ?
 そんな疑問にお答えします。

全施設利用料1回**500円(税込)**で使えます!(月4回まで)



クラブ利用の流れ

～チェックインからチェックアウトまで～



1.チェックイン

レセプションにて「コーポレートメンバーズカード」または「法人会員券」をご提示の上、利用料を支払い、ロッカールームで着替えます。

2.体調チェック

トレーニング前・後には必ず、備え付けの血圧計で体調チェックをしましょう。

3.トレーニング

トレーニングについてご不明な点は、スタッフにご相談ください。

4.チェックアウト

サウナ・シャワーなどで心身ともにリフレッシュ後、ロッカールームで着替え、ロッカーカード(キー)を返却してチェックアウト。

必要なもの

コーポレートメンバーズカード又は法人会員券をお持ちください!

～各種有料レンタルもございます(一部店舗のみ)～



Tシャツなど



短パンなど



タオル※



ソックス



室内用シューズ

※セントラルスポーツをご利用される場合は、利用料にタオルレンタルが含まれます。(一部店舗のみ)

プールをご利用される方



スイムキャップ



水着



ゴーグル

スポーツクラブでは、こんなことができます!



スタジオ



ジム



プール



お風呂&シャワー



ピラティスヨガ

インストラクターのリードで楽しめる各種レッスンを開催。



ランニングマシン

様々なニーズに応えるマシンラインナップを取り揃えています。



アクアウォーク

自由にフリースイミングを楽しめます。アクアレックスも開催。



ドライサウナ

お風呂やサウナも完備。(一部店舗のみ)リラックスタイムを満喫できます。

※施設・プログラム内容・営業日(時間)・利用料は、ご利用される施設により異なります。

全国約400カ所

ご利用対象施設はこちらから

セントラルスポーツ法人会員



セントラルスポーツ株式会社 健康サポート部

〒104-8255 東京都中央区新川1-21-2 茅場町タワー2F

エリア法人会員専用お問い合わせダイヤル

TEL.03-5543-1819

(月~金曜日 9:30~18:00) ※祝日を除く

日野自動車健康保険組合の皆様へ

コーポレートメンバーズカード発行料

無料キャンペーン!!

通常540円(税込)

無料

2018.10/1(月)~

11/30

金まで

コーポレートメンバーズカード利用施設および発行施設は次ページをご覧ください。

<https://business.central.co.jp/corporate/system/club/> セントラルスポーツ エリア法人会員 対象施設

検索

コーポレートメンバーズカードは、施設利用時にご提示いただく本人確認証です。

コーポレートメンバーズカードの作成手順

STEP 1 施設にお越しください

お近くのカード発行施設にお越しいただき、受付にて「コーポレートメンバーズカード」の作成をお申し出ください。
(カード発行施設は、次ページ以降の一覧表にてご確認ください。)

申込みに必要なもの

健康保険証

認印

カード発行手数料
通常540円(税込)

キャンペーン期間中
無料

ご来館の前にご確認ください

- ◆コーポレートメンバーズカードのお申込みは、ご登録者ご本人がお越しください。
- ◆カードの紛失、再発行の場合は、カードの再発行手数料を申し受けます。
- ◆お近くにカード発行施設がない方は、下記【お問い合わせダイヤル】までお問い合わせください。

STEP 2 申込書を記入

健康保険証を提示し、申込書に必要な事項を全てご記入ください。

STEP 3 写真撮影

※カードにはご本人の顔写真が印刷されます。

受付にて写真撮影をさせていただきます。

- ◆写真撮影に同意していただけない場合は、カードの発行はできません。予めご了承ください。

STEP 4 手続き終了

カード作成には約1週間から2週間かかる場合があります。その期間は申込み時に発行する「仮カード」でご利用いただけます。

- ◆仮カードは発行施設のみ有効です。
- ◆本カードの受取りは、ご登録者ご本人がお越しください。
- ◆カード発行施設からのカードの郵送は致しておりません。

紙上ウォーキング歩数計申込書

送付先：日野自動車健康保険組合(社内便で提出する場合は書留便などで確実に届く様をお願いします。〒A61)
 申込み締切日：9月28日(金)

第18回 ウォーキングキャンペーン 歩数計申込書

(歩数計の必要ない方は申込不要です。第13～17回で歩数計を申込んだ方は受付できません)

保険証・記号一番号	事業所名・所属名		社内便〒
12 -			
被保険者氏名			
歩数計希望者(※)	続柄	氏名	

※日野自動車健保に加入の被保険者(本人)・被扶養配偶者と39歳以上(2018年3月31日現在)の被扶養者が対象者です。

キリトリ線

東京ウォーク第4回申込書

送付先：日野自動車健康保険組合(社内便で提出する場合は書留便などで確実に届く様をお願いします。〒A61)

第4回大会 東京ウォーク参加申し込み(開催日：10月27日(土))

参加コースに○印	コース名	Aコース	Bコース	Cコース	ガイドウォークコース	ネイチャーウォークコース
	事前申込期間	7月25日(水)～9月28日(金)				※ガイド・ネイチャーウォークは人数制限がある為 お断りする場合がありますので早めに申込してください。
被保険者名				事業所名・所属名		
保険証記号・番号	12 -			日中の連絡先		
参加者名 (日野自動車健保加入者)	被保険者(本人)	開催時年齢 歳	被扶養者(家族)		開催時年齢 歳	
	被扶養者(家族)	歳	被扶養者(家族)		歳	
参加証送付先住所	〒					

※日野自動車健保加入者以外のご家族等が参加される場合は、大会ホームページをご覧ください、直接お申込ください。

キリトリ線

東京ウォーク第5回申込書

送付先：日野自動車健康保険組合(社内便で提出する場合は書留便などで確実に届く様をお願いします。〒A61)

第5回大会 東京ウォーク参加申し込み(開催日：12月8日(土))

参加コースに○印	コース名	Aコース	Bコース	Cコース	ガイドウォークコース	ネイチャーウォークコース	こどもとウォークコース
	事前申込期間	9月14日(金)～11月5日(月)				※ガイド・ネイチャー・こどもとウォークは人数制限がある為 お断りする場合がありますので早めに申込してください。	
被保険者名				事業所名・所属名			
保険証記号・番号	12 -			日中の連絡先			
参加者名 (日野自動車健保加入者)	被保険者(本人)	開催時年齢 歳	被扶養者(家族)		開催時年齢 歳		
	被扶養者(家族)	歳	被扶養者(家族)		歳		
参加証送付先住所	〒						

※日野自動車健保加入者以外のご家族等が参加される場合は、大会ホームページをご覧ください、直接お申込ください。

2018年度インフルエンザ予防接種補助金申請書 (外部医療機関で接種した方)

当申請書を使用する対象者はP2をご確認ください。

下記太枠内に記入し、領収証の原本(必須項目あり)を添付して申請してください。

被保険者の保険証 記号・番号	—	被保険者 氏名	印
-------------------	---	------------	---

<インフルエンザ予防接種者リスト>

被保険者	健保 使用欄	接種者氏名	生年月日(年号はどちらかに○)	接種日	健保 使用欄
被保険者			3. 昭和 4. 平成 年 月 日	平成 年 月 日	
被扶養者(満1歳～15歳(中学生まで))			4. 平成 年 月 日	1回目	平成 年 月 日
				2回目	平成 年 月 日
			4. 平成 年 月 日	1回目	平成 年 月 日
				2回目	平成 年 月 日
			4. 平成 年 月 日	1回目	平成 年 月 日
				2回目	平成 年 月 日
			4. 平成 年 月 日	1回目	平成 年 月 日
				2回目	平成 年 月 日

接種期間	2018年10月1日～2019年1月末日までの接種分
補助金額	接種回数に拘わらず、1人上限2,000円(接種費用が2,000円未満は実費補助)
申請方法	接種後、当申請書に領収証を添付して申請してください。



【領収証の必須項目】

- ① 接種者の個人名(フルネーム)
- ② 受診内容(インフルエンザ予防接種代として)
- ③ 接種年月日
- ④ 医療機関名住所連絡先
- ⑤ 医療機関領収印
- ⑥ 支払金額

忘れずに

提出先 日野自動車健康保険組合
(日野自動車(株)の方が社内便で提出する場合は、書留便などで確実に届く様をお願いします。〒A61)

申請締切日と 給付日	締切日	給付日*
	12月14日(健保必着)	2月7日(予定)
	2月15日(健保必着)	4月11日(予定)

*給付日は健康保険組合から事業主及び任意継続者の方に振り込む日です。事業主経由で該当者への給付日は事業所へ確認してください。

- 注意事項**
- 申請書は同一保険証記号・番号ごとにまとめ、接種実績のある被保険者および被扶養者(満1歳～15歳(中学生まで))分を1枚の申請書(対象者が多い場合は複数枚)にて、締切日までに1回限りでご申請ください。
 - 2回接種時でも補助金上限は2,000円/1人ですので、1回目で2,000円を超える場合は領収書は1枚のみ添付、1回目が2,000円未満の場合は領収書を2枚添付してください。
 - 本申請書に記入された個人情報を接種医療機関へ開示し、接種事実等の確認をする場合があります。
 - 申請書に記載された個人情報については、補助金支給処理以外の目的には使用いたしません。

